



УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ д/с №125

Константинова Л.А.

2024г.

Режим дня в группе детей от 8 мес. до 3 лет
Холодный период года (сентябрь - май)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Занятия в игровой форме по подгруппам (игры, предметная и продуктивная деятельность)	9.00 - 9.30
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	9.30 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	10.40 - 11.40
Подготовка к обеду, обед	11.40 - 12.20
Подготовка ко сну, сон	12.20 - 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20 - 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей, игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30
Уход детей домой	до 19.00

Продолжительность занятий – не более 10 минут (по подгруппам).

Дневная образовательная нагрузка – не более 20 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ д/с №125
Константинова Л.А.
«09» 2024г.

Режим дня в группе детей от 2 до 4 лет
Холодный период года (сентябрь - май)

Содержание	Время
Прием детей, осмотр, игры, утренняя гимнастика	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 8.50
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	8.50 - 9.00
Совместная образовательная деятельность в различных видах деятельности	9.00 - 10.00
Активное бодрствование детей (игры, предметная деятельность и другое)	10.00 – 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка. Возвращение с прогулки, самостоятельная деятельность детей	10.40 - 11.50
Подготовка к обеду, обед	11.50 - 12.20
Подготовка ко сну, сон,	12.20 - 15.20
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.20 – 15.30
Подготовка к уплотненному полднику, уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Активное бодрствование детей, игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Подготовка к ужину, ужин	18.30
Уход детей домой	до 19.00

Продолжительность занятий – 10 и 15 минут (по подгруппам).

Дневная образовательная нагрузка – 20 и 30 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ д/с №125
Константинова Л.А.
2024г.

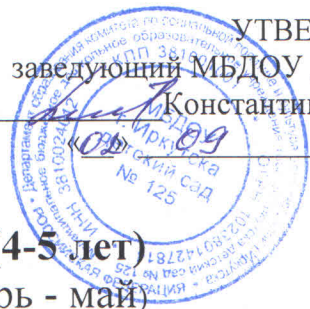
Режим дня во 2-ой младшей группе (3-4 года)
Холодный период года (сентябрь - май)

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 9.40
Самостоятельная игровая деятельность	9.40 – 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10 – 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00

Продолжительность занятий – 15 минут.

Дневная образовательная нагрузка – 30 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут

УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ д/с №125
Константинова Л.А.
2024г.



Режим дня в средней группе (4-5 лет)
Холодный период года (сентябрь - май)

Содержание	Время
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.00
Самостоятельная игровая деятельность	10.00 – 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.10
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.10 – 15.30
Уплотненный полдник	15.30 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00

Продолжительность занятий – 20 минут.

Дневная образовательная нагрузка – 40 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут



УТВЕРЖДАЮ
заведующий МБДОУ д/с №125
Константинова Л.А.
2024г.

Режим дня в старшей группе (5-6 лет)
Холодный период года (сентябрь - май)

Содержание	5 - 6 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30
Завтрак	8.30 - 8.50
Игры, подготовка к занятиям	8.50 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 10.15
Самостоятельная игровая деятельность	10.15 - 10.30
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	10.40 - 12.00
Подготовка к обеду, обед	12.00 - 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 - 15.20
Занятия (при необходимости)	15.20 - 15.45
Уплотненный полдник	15.45 - 16.00
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.00 - 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	17.00 - 18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00

Продолжительность занятий – 25 минут.

Дневная образовательная нагрузка – 75 минут (одно занятие может осуществляться во вторую половину дня), перерыв между занятиями не менее 10 минут



УТВЕРЖДАЮ

заведующий МБДОУ д/с №125

Константинова Л.А.

2024г.

Режим дня в подготовительной группе (6-8 лет)

Холодный период года (сентябрь - май)

Содержание	6 - 8 лет
Утренний прием детей, игры, самостоятельная деятельность, утренняя гимнастика (не менее 10 минут)	7.00 - 8.30
Подготовка к завтраку, завтрак	8.30 - 9.00
Занятия (включая гимнастику в процессе занятия - 2 минуты, перерывы между занятиями, не менее 10 минут)	9.00 - 11.00
Второй завтрак	10.30 - 10.40
Подготовка к прогулке, прогулка, возвращение с прогулки	11.00 - 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 - 12.30
Подготовка ко сну, сон	12.30 - 15.00
Постепенный подъем, оздоровительные и гигиенические процедуры	15.00 - 15.20
Совместная образовательная деятельность (индивидуальная, подгрупповая)	15.20 - 15.50
Уплотненный полдник	15.50 - 16.20
Игры, самостоятельная деятельность детей	16.20 - 16.40
Подготовка к прогулке, прогулка, самостоятельная деятельность детей, возвращение с прогулки	16.40 - 18.30
Ужин	18.30
Уход домой	до 19.00

Продолжительность занятий – 30 минут.

Дневная образовательная нагрузка – 90 минут, перерыв между занятиями не менее 10 минут